

Утверждаю:  
 Заведующий МКДОУ д/с «Ромашка»  
 \_\_\_\_\_  
 Е.В.Кайгородова

**Меню №5**  
**«04» Марта 2022 г.**

	Наименование блюда	Масса блюда грамм		Калорийность	
		До 3-х лет	До 7-и лет	До 3-х лет	До 7-и лет
Завтрак:	Каша рисовая	150	180	156	169
	Батон с маслом шоколадным	30/10	30/10	112	113
	Какао с молоком	150	180	101	135
Второй завтрак:	Сок	100	120	58	87
Обед:	Салат из капусты				
	Уха рыбацкая	150	180	86	120
	Картофельное пюре	110	150	125	150
	Котлета куриная	50	70	102	163
	Компот из сухофруктов	150	180	53	71
	Хлеб ржаной	30	35	46	69
	Хлеб пшеничный	20	30	35	52
Полдник:	Хлеб с повидлом				
	Чай	150	180	84	100

**Меню №5-А**  
**«04» Марта 2022 г.**

	Наименование блюда	Масса блюда грамм		Калорийность	
		До 3- х лет	До 7- и лет	До 3- х лет	До 7-и лет
Завтрак:	Каша рисовая	150	180	156	169
	Хлебцы	30/10	30/10	112	113
	Какао с «Немолоком»	150	180	101	135
Второй завтрак:	Сок	100	120	58	87
Обед:	Салат из капусты				
	Уха рыбацкая	150	180	86	120
	Картофельное пюре	110	150	125	150
	Котлета куриная	50	70	102	163
	Компот из сухофруктов	150	180	53	71
	Хлеб ржаной	30	35	46	69
	Хлеб пшеничный	20	30	35	52
Полдник:	Хлеб с повидлом				
	Чай	150	180	84	100

